

## Station 4: Klein anfangen

Viele Aufgaben scheinen zunächst riesig groß zu sein, sodass man sie kaum bewältigen kann. Wenn man aber genau genug hinschaut, erkennt man, dass sie aus vielen kleinen Schritten bestehen – und jeder einzelne davon gar kein so großes Problem mehr ist.

Wenn du das nächste Mal eine große Aufgabe vor dir hast, dann schreib dir erst einmal auf, aus welchen Teilen die Aufgabe besteht! Das hilft dir dabei, die Angst vor der Aufgabe zu reduzieren. Außerdem kannst du dann überlegen, in welcher Reihenfolge du die Teilaufgaben am sinnvollsten bearbeiten solltest – nimm für den ersten Schritt einen ganz leichten Teil, damit du direkt mit einem Erfolgserlebnis starten kannst!



Foto: Pixabay/65234

### Aufgabe:

**Überlegt gemeinsam, welche großen Aufgaben bei euch in nächster Zeit anstehen und wie man diese in kleine Schritte einteilen kann!**